

CALDO TSURUMI STUDIO TIMETABLE カルド鶴見 5月16~31日スタジオスケジュール

	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)	25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)		
10:00	10:00~11:00 ストレッチヨガ ★	10:00~11:00 アロマ リラクゼーション ★	10:00~11:00 デトックスヨガ Yoshino ★★	10:00~11:00 パワーヨガ AI ★★★ ゆる	10:00~11:00 ボディメイク エクササイズ 橋 えり子 ★★	休 館 日	10:00~11:00 パワーヨガ hiro ★★★ ゆる	10:00~11:00 ストレッチヨガ Eimi ★	10:00~11:00 アロマ リラクゼーション ★	10:00~11:00 デトックスヨガ Yoshino ★★	10:00~11:00 パワーヨガ AI ★★★ ゆる	10:00~11:00 ボディメイク エクササイズ 橋 えり子 ★★	休 館 日	10:00~11:00 パワーヨガ hiro ★★★ ゆる	10:00~11:00 ストレッチヨガ Eimi ★		
10:30																	
11:00				11:00~11:30 温活タイム	11:00~12:00 温活タイム							11:00~11:30 温活タイム		11:00~12:00 温活タイム			
11:30	11:30~12:30 パワーヨガ Eimi ★★★ ゆる	11:30~12:15 姿勢改善ヨガ45 彩夏 ★★	11:00~12:30 温活タイム					11:30~12:30 ピギナーヨガ yuri ★	11:30~12:30 パワーヨガ Eimi ★★★ ゆる	11:30~12:15 姿勢改善ヨガ45 彩夏 ★★	11:00~12:30 温活タイム					11:30~12:30 ピギナーヨガ yuri ★	11:30~12:30 パワーヨガ Eimi ★★★ ゆる
12:00																	
12:30				12:00~13:00 ビューティーヨガ Tomoko ★	12:30~13:30 アロマ リラクゼーション 伊東 尚美 ★							12:00~13:00 ビューティーヨガ Tomoko ★					
13:00	12:30~13:30 温活タイム	13:00~14:00 ヴィンヤサ フローヨガ Misato ★★★ ゆる	13:00~14:00 ベシクヨガ yuri ★★					12:30~13:30 温活タイム	12:30~13:30 温活タイム	13:00~14:00 ヴィンヤサ フローヨガ Misato ★★★ ゆる	13:00~14:00 ベシクヨガ yuri ★★			12:30~13:30 アロマ リラクゼーション 伊東 尚美 ★		12:30~13:30 温活タイム	12:30~13:30 温活タイム
13:30	カテゴリ変更			13:00~14:30 温活タイム					カテゴリ変更			13:00~14:30 温活タイム					カテゴリ変更
14:00	14:00~14:45 骨盤コンディ ションヨガ HARU ★★★ ゆる	14:00~15:30 温活タイム	14:00~15:30 温活タイム		14:00~14:45 Beat Shape 荒井 秀一 ★★★ ゆる			14:00~15:00 リラクゼーション eri ★	14:00~14:45 やさしい パワーヨガ HARU ★★★ ゆる	14:00~15:30 温活タイム	14:00~15:30 温活タイム			14:00~14:45 Beat Shape 荒井 秀一 ★★★ ゆる		14:00~15:00 リラクゼーション eri ★	14:00~14:45 コアトレヨガ HARU ★★★ ゆる
14:30	カテゴリ変更								カテゴリ変更								カテゴリ変更
15:00	15:15~16:15 やさしい フローヨガ HARU ★			15:00~16:00 骨盤コンディ ション ヨガ 伊東 尚美 ★★	16:00~17:00 シェイプアップ ヨガ HARU ★★★ ゆる			15:30~16:30 ボディメイク Misato ★★★ ゆる	15:15~16:15 ビューティー HARU ★	16:00~17:00 ヒーリング Kumi ★	16:00~17:00 リラクゼーション 星野 ゆり ★	16:00~17:00 温活タイム		16:00~17:00 ヴィンヤサ フローヨガ HARU ★★★ ゆる		15:15~16:15 やさしい フローヨガ HARU ★	15:30~16:30 ボディメイク Misato ★★★ ゆる
15:30					カテゴリ変更									カテゴリ変更			
16:00		16:00~17:00 ヒーリング Kumi ★	16:00~17:00 リラクゼーション 星野 ゆり ★	16:00~17:00 温活タイム													
16:30	16:45~17:45 ベシクヨガ 芝崎 知花子 ★★★ ゆる							17:00~17:45 アロマ Misato ★	16:45~17:45 ベシク 芝崎 知花子 ★★★ ゆる							17:00~17:45 アロマ Misato ★	16:45~17:45 ベシク 芝崎 知花子 ★★★ ゆる
17:00																	
17:30																	
18:00	18:15~19:00 リラクゼーション 芝崎 知花子 ★	18:30~19:15 ピギナー 星野 ゆり ★	18:30~19:30 リフレッシュ asami ★★	18:30~19:30 シェイプアップ Yoga hiro ★★★ ゆる	18:30~19:15 ストレッチ Yoga45 eri ★		18:15~19:15 ヴィンヤサ asami ★★★ ゆる	18:15~19:00 リラクゼーション 芝崎 知花子 ★	18:30~19:15 ピギナー 星野 ゆり ★	18:30~19:30 リフレッシュ asami ★★	18:30~19:30 シェイプアップ Yoga hiro ★★★ ゆる	18:30~19:15 ストレッチ Yoga45 eri ★		18:15~19:15 ヴィンヤサ asami ★★★ ゆる	18:15~19:00 リラクゼーション 芝崎 知花子 ★		
18:30																	
19:00																	
19:30																	
20:00	20:00 閉館	19:45~20:45 ベシク 星野 ゆり ★★★ ゆる	20:00~20:45 やさしい フロー Eimi ★	20:00~20:45 アロマ hiro ★	19:45~20:45 フロー Eimi ★★★ ゆる		20:00 閉館	20:00 閉館	19:45~20:45 ベシク 星野 ゆり ★★★ ゆる	20:00~20:45 やさしい フロー Eimi ★	20:00~20:45 アロマ hiro ★	19:45~20:45 フロー eri ★★★ ゆる		20:00 閉館	20:00 閉館		
20:30																	
21:00																	
21:30		21:15~22:15 リフレッシュ Tomomi ★★★ ゆる	21:15~22:15 ヴィンヤサ Eimi ★★★	21:15~22:15 ピギナー 藍未 ★	21:15~22:15 デトックス 佐々木 茜 ★				21:15~22:15 リフレッシュ Tomomi ★★★ ゆる	21:15~22:15 ヴィンヤサ Eimi ★★★	21:15~22:15 ピギナー 藍未 ★	21:15~22:15 ヴィンヤサ デトックス 佐々木 茜 ★					
22:00																	
22:30																	
23:00		23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館				23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館	23:00 閉館		23:00 閉館	23:00 閉館		

※レッスンの開始後の途中入室はお断りしております。シャワーブース場所取りの為に途中入室はご遠慮ください。
 ※スタジオへのバスタオル、フェイスタオル、お水以外のお持ち込みはお断りしております。携帯電話や貴重品はロッカーにお入れください。
 ※同日2本目のレッスンは1,980円(税込)、時間外利用料1,980円(税込)でご参加いただけます。
 ※スタジオ入室時間はスタジオ消毒・清掃の関係でレッスン開始15分前となっております。

※整理券はレッスンの開始の30分前から5分前までフロントにて配布致します。
 ※整理券はなくなり次第、配布終了となりますので、予めご了承ください。
 ※スタジオ内での私語はご遠慮ください。尚、スタジオ前での私語もお控え下さい。
 ※全てのレッスンは定員40名です。

※バスタオルを敷いてご利用下さい。

休館日: 毎月6日の付日/月末最終日